

LIMA, JUEVES 28 DE AGOSTO DE 2025 | @DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21492 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay

SUPLEMENTO TRAE TRES PÁGINAS PARA LLEVAR MÁS DIVERSIÓN A TODA LA FAMILIA

GRATIS

HOY

ojo

S/ 1.20

JUEGA con ojo

HERMANO DE DINA EN PROBLEMAS

Fiscalía allanó la casa de Nicanor Boluarte y oficina del ministro Juan Santiváñez

SE INSCRIBEN EN APLICATIVOS PARA ENCONTRAR

HOMBRES MAYORES CON BUENA POSICIÓN ECONÓMICA

MÁS CHICAS BUSCAN "SUGAR DADDY"

IMPACTO pág. 3

LIMA ESTÁ ENTRE LAS CIUDADES CON MAYOR DEMANDA DE ESTA PLATAFORMA DE CITAS

▶ TIENEN EN PROMEDIO 25 AÑOS, MUCHAS SON ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS O RECIÉN EGRESADAS

OJOSHOW pág. 18

DANIELA SE DISCULPA CON MAJU

Por decir que conductora tiene "química" con Fernando Díaz

ESPOSO DE SHEYLLA SE ENTREGA

Jossimar Cabrera es sospechoso del crimen de peruana en Estados Unidos

POLICIAL pág. 6

INTERPOL DETENIDO

OPINAN LOS LECTORES

¿Cree que la elección de Luis Ramos como "9" de la selección mejorará el desempeño de Perú?

SÍ 40% NO 60%

Responde en www.ojo.pe

¿Está de acuerdo con el retorno del expresidente Martín Vizcarra al penal de Barbadillo?

X TWITTER

JUAN SHEPUT
Exministro
X @JuanSheput

"Hoy allanaron el estudio del sujeto que tiene 12 investigaciones fiscales y que es ministro de justicia, Juan José Santivañez. Cada día que pasa en el ministerio es un insulto y una afrenta para la moral del país".

LA CRUDA REALIDAD

NO JUEGUEN CON VIZCARRA

Parece broma, pero es anécdota. Nuevamente el presidente Martín Vizcarra fue trasladado de penal para que cumpla los cinco meses de prisión preventiva en el marco de las investigaciones que se le siguen por el caso Hospital de Moquegua y Lomas de Ilo. El exmandatario retornó a Barbadillo, desde el centro penitenciario de Ancón II donde pasó cinco días preso. El traslado del popular "Lagarto" se produjo luego de que el ministro de Justicia y Derechos Humanos, Juan José Santiváñez, anunciara que Vizcarra sería trasladado "de manera inmediata" al penal de Ate. Esta situación denota una falta de respeto con el detenido. Más allá de que haya sido presidente del Perú, Vizcarra es un ciudadano en un proceso de investigación y no por ello debe ser expuesto a ese maltrato. Desde un principio no se debió permitir su cambio de penal de Barbadillo a Ancón II. El penal de Barbadillo fue diseñado exclusivamente para los exmandatarios por cuestiones de seguridad. Llevar de un lado a otro a Vizcarra no solo fue humillante, también fue una afectación a su seguridad.

ESTARÍA IMPLICADO EN RED LIDERADA POR SANTIVÁÑEZ

Allanan casa de Nicanor Boluarte

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

La vivienda de Nicanor Boluarte, hermano de la presidenta Dina Boluarte, fue ayer allanada por la Fiscalía, en coordinación con la Policía, en el marco del operativo Ícaro, que responde a una investigación por cuatro delitos perpetrados por una presunta organización criminal que lideraría el ahora ministro de Justicia, Juan José Santiváñez.

La intervención del predio, ubicado en San Borja, fue hecha ayer por un grupo de fiscales del Quinto Despacho del Equipo Especial de Fiscales Contra la Corrupción en el Poder (Eficcop). Hicieron lo mismo en las oficinas de la Defensoría del Policía, la Dirección Regional de Energía y Minas de Ayacucho, y oficinas del estudio de abogados de Percy Tenorio en el Centro Empresarial San Isidro.

De acuerdo a la Fiscalía, a la presunta red criminal, que operó desde mayo del 2024, se le acusa de favorecimiento ilícito en procesos administrativos de la Defensoría de la Policía, cobros indebidos para mantener a generales de la Policía en sus puestos, vínculos irregulares con la minera El Dorado y encubrimiento de pruebas.

ojo al dato

Nicanor Boluarte se habría reunido con los investigados hasta siete veces entre enero y febrero del 2025.

VINCULACIÓN. La tesis fiscal plantea que Santiváñez, cuando era ministro del Interior y "hombre clave" de esta presunta mafia, modificó procesos administrativos y coordinó operativos policiales para favorecer a terceros, actos irregulares en los que están implicados personajes como Tenorio, Marco Palacios, Yesenia de la Cruz, Franco Parodi y Boluarte, alias "el hermanísimo".

Uno de los casos investigados refiere que Santiváñez habría apoyado a Tenorio en la recuperación de terrenos de la Mina "El Dorado S.A.", a cambio de un pago económico y de que la minera extienda "arraigos laborales" a favor de Boluarte.



▪ Hermano de presidenta estaría vinculado a mafia.

DEFENSA. Ante estos hechos, la jefa de Estado, quien no puede ser investigada gracias al Tribunal Constitucional, dijo que se trata de "otro muñeco armado" por algunos fiscales y resaltó como características de su hermano la "calidad humana y decencia". Más tarde, todo el gabinete salió a defender a Nicanor, quien no es funcionario.

En tanto, Nicanor Boluarte declaró ayer por la noche que el allanamiento a su domicilio sería una persecución política por ser hermano de la presidenta de la república "Soy absolutamente inocente", dijo. Además, negó conocer a Juan Santiváñez.



▪ Dina y su gabinete salieron en defensa de Nicanor.

FOTONOTICIA

VIZCARRA VUELVE A PENAL DE BARBADILLO

Tras permanecer cinco días en la cárcel Ancón II, el expresidente Martín Vizcarra regresó al penal de Barbadillo, luego de que el Instituto Nacional Penitenciario (INPE) modificara una directiva para establecer que dicha cárcel sea para expresidentes.



FOTO: OJO

Alianzas electorales siguen en carrera



▪ La alianza Ahora Nación desistió de continuar en carrera.

Solo cuatro alianzas electorales siguen aún en proceso de inscripción con miras a las Elecciones Generales 2026, señaló el Jurado Nacional de Elecciones (JNE). Se trata de Unidad Nacional, Fuerza y Libertad, y Venceremos, que están en etapa de tachas, y Frente de los Trabajadores y Emprendedores, que debe subsanar observaciones.

OJOS&OÍDOS

RESPETO. A través de la Cancillería, el Perú expresó su preocupación por las acciones militares de Israel en la Franja de Gaza, que ha dejado 20 muertos en el Hospital Nasser en Jan Yunis, y sus anuncios de expansión, por lo que hizo un llamado al "respeto irrestricto" del derecho internacional.

IMPACTO. El Tribunal Constitucional escuchó ayer los argumentos del fiscal José Domingo Pérez y la abogada de Keiko Fujimori, Giulliana Loza, para evaluar el archivo del caso Cócteles. Pérez advirtió que la resolución del TC afectará otros casos de Lava Jato. ¡Cuidado!

EN MARCHA. Para el viernes 5 de septiembre, el Poder Judicial programó la audiencia virtual de control de acusación contra Luis Nava y Enrique Cornejo por caso Tren Eléctrico. Esta diligencia, de carácter obligatorio, será la antesala del comienzo del juicio oral.

INTERVIENE. La Defensoría del Pueblo solicitó al Tribunal Constitucional intervenir como amicus curiae en el proceso de hábeas corpus presentado por la expremier Betssy Chávez, quien lleva cuatro días en huelga de hambre, para que se revise su prisión preventiva.





CADA VEZ SON MÁS LAS JÓVENES PERUANAS QUE SE REGISTRAN EN APLICATIVOS VIRTUALES DE CITAS

Chicas buscan "sugar daddy"



▪ Los "sugar" pueden encontrarse en varios aplicativos virtuales.

▪ En el Perú, hay varias jóvenes que navegan en Internet buscando a su "sugar".

AURORA CARUAJULCA
aurora.caruajulca@prensmart.pe

Cada vez más jóvenes peruanas se registran en aplicativos virtuales de citas para encontrar a un "sugar daddy", hombres mayores, con buena posición económica, dispuestos a brindar apoyo financiero a cambio de compañía.

En Lima, este fenómeno no deja de crecer y ya coloca a la capital entre las ciudades con mayor demanda en la región.

Las llamadas "sugar babies" tienen en promedio 25 años, aunque muchas empiezan desde los 18. La mayoría son estudiantes universitarias o recién egresadas, interesadas en costear sus estudios o acceder a un estilo de vida más exclusivo, según datos de la plataforma alemana MySugarDaddy.

25 AÑOS
Es la edad promedio que puede tener una chica que busca un sugar.

Viajes, experiencias de lujo y acceso a mayores comodidades son parte de los beneficios que motivan a estas jóvenes a unirse a estas plataformas. Además de las aplicaciones especializadas, también proliferan grupos en redes sociales como Tinder o TikTok que promueven este tipo de relaciones.

Lima se encuentra entre las ciudades con más suscriptores en MySugarDaddy de América Latina, junto a Ciudad de México, Buenos Aires, Santiago de Chile y Bogotá. En el Perú, al menos seis mil usuarios se han inscrito como "sugar daddies".

PERFIL. Los hombres interesados tienen en promedio entre 40 y 44 años, con estabilidad económica, una condición clave para cumplir con el rol de proveedor dentro de estas relaciones.

Desde MySugarDaddy explicaron que las limitadas oportunidades laborales y la situación económica de la región podrían impulsar la expansión de esta tendencia. A ello se suma la visibilidad en redes sociales, que ha contribuido a normalizar estos vínculos.

En Lima, la mayoría de "sugar daddies" afirma contar con una posición económica estable, mientras que las jóvenes buscan desde apoyo para la universidad hasta viajes y experiencias exclusivas.

"Los tiempos son distintos y las dinámicas de parejas también han cambiado. Sin embargo es importante que ambos miembros estén en la misma sintonía en cuanto a saber qué es lo que ofrecen y qué es lo que brindan para evitar malos entendidos en la relación", señaló a **OJO** la psicóloga de pareja de Cuánto Jennifer Garrido.

ojo al dato
El aplicativo de Sugar Daddy ofrece a las postulantes "actualizar su estilo de vida".





COMERCIANTES DE GAMARRA VAN A TARAPOTO

Desde hoy hasta el 31 de agosto, Gamarra se traslada a Tarapoto, en la región San Martín. Decenas de empresarios del emporio comercial participarán en la feria Perú Produce OUTLEY, que se hará en la Plaza de Armas y donde ofertarán jeans, ropa interior y otras prendas de calidad.



FONAVISTAS PASARÁN POR CAJA POR REINTEGRO

La comisión Ad hoc, encargada de la devolución de aportes a los fonavistas, aprobó el cuarto grupo de reintegro que incluye a 73,739 exaportantes, quienes empezarán a cobrar desde hoy. Se ha incluido a titulares de 68 años o más, así como a los fallecidos, personas registradas en el Conadis o con males graves.



LA CALIDAD DEL SERVICIO TAMPOCO ES LA ADECUADA

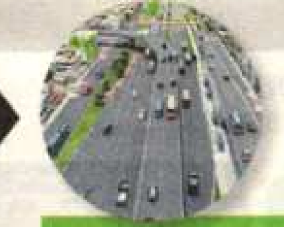
MENOS DE LA MITAD DE HOGARES EN PERÚ TIENE AGUA TODO EL DÍA

Un reciente informe de Videnza Instituto reveló que solo el 48 % de los hogares urbanos en el Perú recibe agua las 24 horas del día, evidenciando que el problema del saneamiento ya no es solo rural, sino también urbano.

Aunque en la última década la cobertura en zonas rurales pasó de 65 % a 76 %, en las ciudades el acceso se ha estancado alrededor del 92 %.

La calidad del servicio también enfrenta serias deficiencias: apenas el 38 % de la población accede a agua con cloración adecuada, mientras que más del 40 % consume agua sin cloro detectable.

Esto refleja un problema estructural que impacta directamente en la salud pública y la seguridad de millones de peruanos, advierte el informe. El destino del saneamiento urbano depende en gran medida de Sedapal.



VÍA RÁPIDA. Una nueva vía rápida transformará el tránsito en la avenida Canadá, anunció Ivermet. La obra incluirá un viaducto elevado que recorrerá desde la avenida Arqueología hasta la avenida Circunvalación. El inicio del expediente técnico está programado para el 4 de septiembre.



▪ Evalúan si fue exceso de velocidad o falla mecánica.

DEJÓ MÁS DE 40 HERIDOS

Investigan accidente en el Metropolitano

La Policía Nacional abrió investigación para determinar las causas del accidente múltiple ocurrido, el último martes, en la vía del Metropolitano, a la altura del puente Angamos en Surquillo, donde tres buses chocaron por alcance y dejaron 44 personas heridas.

El siniestro ocurrió en plena hora punta de la noche y generó un fuerte congestionamiento en la zona. De acuerdo con las primeras diligencias, se evalúa si el exceso de velocidad, una falla mecánica o una distracción al volante provocaron la colisión en cadena.

Mujer arrastra a su hija en la vía pública



▪ Vecinos temen que pequeña sea víctima de maltratos.

En San Martín de Porres, una mujer fue grabada mientras agredía a una pequeña niña en la vía pública. La adulta sería la madre de la menor, pues en los audios grabados la pequeña le dice: "Mami, te quiero mucho, no me pegues". Los vecinos piden investigar el hecho por el bienestar de la pequeña.

PAN CON CHICHARRÓN ENFRENTA AL BOLÓN DE VERDE

Perú vs. Ecuador en "Mundial de desayuno"

↗ GRECIA LLANOS
grecia.llanos@prensmart.pe

Con más de 2.5 millones de votos, el pan con chicharrón pasó a cuartos de final en el "Mundial de los Desayunos", organizado por el youtuber e influencer español Ibai Llanos.

El sándwich peruano, que viene acompañado con sarsa criolla y camote frito, rompió el récord de votos de toda la competencia y avanzó a la siguiente fase tras ganarle a los chilaquiles de México. Ahora le tocará enfrentar a Ecuador.

"Perú, que viene de ganar su enfrentamiento a México haciendo récord de votos: 2.5 millones de votos que tuvo el desayuno peruano (frente a) 1.2 millones que tuvo el mexicano", fue la descripción que hizo Llanos al presentar al país en el nuevo duelo.

BATALLA. En los cuartos de final, el desayuno peruano no solo estará compuesto por el pan con chicharrón, también incluirá su clásico tamal. "En estos cuartos de final, tenemos al mítico pan con chicharrón peruano. He leído todo vuestro feedback y he añadido tamal, me lo habíais pedido mucho. Buen desayuno contundente por parte de Perú", refirió Llanos.

Ecuador, que obtuvo 1.9 millones de votos en octavos de final y le ganó a Guatemala, competirá con su "bolón de verde", al cual se le añadió huevo, salsa (jugo de carne) y encebollado.

Esta nueva competencia ya causó furor en las redes sociales. Hasta la tarde de ayer, en TikTok, el plato peruano ya tenía 1.6 millones de votos frente a 1.2 millones obtenidos por Ecuador. En Instagram, en tanto, los votos estaban reñidos con 51 % y 49 %, respectivamente.

Como en los octavos de final, influencers, cantantes, chef y hasta instituciones del Estado han comentado la publicación del torneo.



ojo al dato

Otros países que ya han pasado a cuartos de final son Chile, que ganó a Japón, y España, que ganó a Francia.

▪ Competencia enfrenta a la gastronomía de varios países.

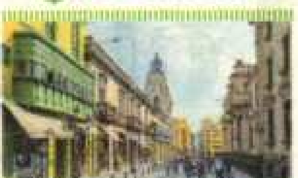
PERSONAL MUNICIPAL ESTÁ HOSPITALIZADO Y EN OBSERVACIÓN

CONDUCTOR ATACA A INSPECTOR DE TRÁNSITO

Un conductor en Surco, identificado como K. Alberto Espinoza, fue captado en video agrediendo salvajemente a un inspector de tránsito municipal que lo había multado por invadir el carril contrario.

El sujeto bajó de su auto negro para increpar al agente, lanzar los conos de seguridad contra la pista y luego empujar violentamente al uniformado, quien cayó de espaldas contra el pavimento. Tras la agresión, el chofer huyó. La víctima, identificada como J. Chico de 56 años, sufrió una fuerte contusión en la cabeza y fue trasladada al hospital de Angamos, donde recibió el alta pero permanece bajo observación.

AL GRANO



RESTRINGEN EL ACCESO AL CENTRO HISTÓRICO

La Municipalidad de Lima intervino 41 cuadras del Centro Histórico, donde implementará un plan de peatonalización, y aplicarán restricciones a los vecinos para ingresar y estacionar sus vehículos en el Damero de Pizarro.



LACTANCIA MATERNA EN PACIENTES

Para celebrar la Semana de la Lactancia Materna, el Instituto Nacional de Salud del Niño San Borja impulsó la leche materna como soporte nutricional para bebés prematuros e internados por cirugías complejas y otros males complejos.



HUELGA DE TRABAJADORES DEL PODER JUDICIAL

Un grupo de trabajadores del Poder Judicial acató ayer una huelga nacional de 24 horas para exigir mejoras salariales y un cambio de régimen laboral, según Franklin Quiroz, secretario general del sindicato.


▪ Imprudencia del conductor generó gran congestión.

PUENTE TIENE UNA ALTURA MÁXIMA DE CUATRO METROS

Tráiler quedó atrapado en la Vía Expresa

Un tráiler quedó atascado ayer en un puente de la Vía Expresa, a la altura de la avenida 28 de julio, en el Cercado de Lima, en sentido de norte a sur. La imprudencia del conductor generó gran congestión vehicular en la zona de ingreso a la concurrida vía. Según las señales de tránsito, el puente tiene una altura máxima de cuatro metros. Sin embargo, el chofer no tomó en cuenta las medidas de su vehículo, por lo que se quedó atascado en la estructura la parte trasera de la unidad de color amarillo. La Policía de Tránsito y de la comisaría de Petit Tours atendieron la emergencia.

ANTE ATAQUES DE EXTORSIONADORES

Reforzarán seguridad en colegios

↗ AURORA CARUAJULCA
aurora.caruajulca@prensmart.pe

Ante la ola de amenazas extorsivas contra más de 450 colegios a nivel nacional, el Ministerio del Interior (Mininter) anunció que reforzará la seguridad en los centros educativos.

El presidente de la Asociación Nacional de Colegios Privados del Perú (Anacopri), Guido Quintanilla, informó que solo entre febrero y abril de este año se han reportado más de 450 instituciones extorsionadas, superando las cifras del 2024, cuando se registraron hasta 320 casos.

Esta situación ha obligado a algunos colegios a optar por clases virtuales como medida de protección, aunque no todos los estudiantes cuentan con los recursos tecnológicos para seguirlas.

Tras meses de insistencia, el ministro del Interior, Carlos Malaver, se reunió con Anacopri y anunció nuevas medidas, como la implementación de cuadernos de control policial, mayor coordinación con las autoridades educativas y capacitaciones virtuales para prevenir y denunciar este tipo de delitos. Asimismo, se planteó la instalación de cámaras de seguridad en las comisarías para monitorear colegios en tiempo real.

Padres y especialistas advierten que los colegios deberían ser espacios seguros para el aprendizaje, pero hoy enfrentan una creciente amenaza por la presencia de mafias y grupos delictivos. Ellos solicitaron medidas de inteligencia y operativas para disminuir los casos de extorsión en centros educativos.


▪ Tomarán medidas para proteger a los escolares.

ojo al dato

El 40 % de los ataques se registra en los colegios de Lima norte, según las fuentes policiales.



ATAQUE A BALAZOS DEJA 5 HERIDOS. Cinco heridos, entre ellos, una anciana y dos menores de edad, dejó un feroz ataque de tres pistoleros que dispararon contra una casa ubicada a una cuadra de la comisaría Ciudadela Chalaca, en el Callao. La vivienda terminó con 15 orificios de bala en paredes y ventanas. El atentado estuvo dirigido contra Jherson Salazar Caldas (18), Joymar Naranjo García (19) y dos adolescentes.



▪ Cayeron con granadas de guerra y dinamita.

AMENAZABAN A COMERCIANTES

Doce detenidos de banda de extorsionadores

La Policía arrestó a doce venezolanos porque serían integrantes de la temible banda criminal "Los D.E.S.A. de Angélica Gamarra", que con granadas extorsionaban a comerciantes de Lima Norte. Los agentes allanaron el búnker de esta red criminal en el asentamiento humano 28 de julio, en Los Olivos, cuyas puertas se abrían hacia afuera para dificultar la acción policial. En el inmueble encontraron dos armas de fuego, dos artefactos explosivos, 20 celulares, una nota extorsiva, autopartes, un motor de motocicleta robada y diverso tipo de drogas.

"Drácula" asaltaba pollerías



▪ Sujeto cayó en Ate y se le halló una pistola con sus municiones.

Jimmy Iván Castillo Bardales (41), alias "Dracula" y de la banda criminal "Los Vampiros", fue capturado por detectives de la División Antirrobos porque habría participado en el violento asalto a mano armada a una pollería en Barranco.

ES ACUSADO DE ASESINARLA EN ESTADOS UNIDOS

Pareja de Sheylla se entrega a Interpol

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Ante la presión policial y mediática, al ver que su captura era cuestión de horas, Jossimar Cabrera Cornejo (36) se entregó a la Policía para afrontar en Estados Unidos la acusación en su contra por el asesinato de su esposa Sheyla Lisbet Gutiérrez Rosillo (33).

A las 6:20 de la mañana, el sindicado como feminicida, acompañado de su abogado, llegó a la sede de la Oficina Central Nacional Interpol-Lima, en Surco. Tenía una orden de captura internacional con alerta roja, solicitada por las autoridades judiciales del Condado de Los Ángeles, estado de California, por el delito de asesinato con agravante de uso de arma blanca en agravio de su cónyuge y madre de sus hijos.

En la sede policial decidió acogerse a su derecho de permanecer en silencio. Después de su plena identificación y los exámenes médicos, custodiado por los detectives de Interpol-Lima, fue puesto a disposición de Juzgado Penal de Turno Permanente sede La Victoria.

"Lo teníamos ubicado y como sabía que iba a ser detenido decidió presentarse voluntariamente", dijo el comandante PNP César Becerra, jefe encargado de Interpol-Lima. Jossimar Cabrera será recluido en un penal de Lima mientras dure su proceso de extradición.



▪ Tras varios días en la clandestinidad, se entregó en sede policial de Surco.

ojo al dato

De forma repentina, el 16 de agosto, Cabrera regresó al Perú con sus hijos, quienes están con sus abuelos maternos.

JUSTICIA. La hermana de Sheylla acudió a la sede de Interpol tras haber sido informada de que Cabrera se había entregado y esperan justicia.

Como se recuerda, la madre de familia desapareció el 9 de agosto pasado, en California, Estados Unidos, donde vivía con su pareja e hijos. La familia de la peruana inmediatamente empezó a buscarla. Luego, se difundió un vídeo donde se aprecia Cabrera arrastrar un bulto cubierto con una cortina. Para experimentados peritos, se trataba de un cuerpo humano. El domingo 17 de agosto, la Policía estadounidense confirmó el hallazgo del cadáver de Sheylla.



▪ Pareja vivía con sus hijos en Estados Unidos.



CAE BANDA CRIMINAL QUE ENGAÑÓ A 36 PERSONAS

ESTAFABAN CON CUENTO DEL VIAJE AL EXTRANJERO

En el Callao, fueron detenidos integrantes de una banda criminal que estafó a 36 personas con el cuento del puesto de trabajo en el extranjero y cuyo cabecilla registra 29 denuncias por el mismo delito. Detectives de la Dirincri arrestaron a los hermanos Israel y Diana Meléndez Oliveira, Daniela Ayala Alcántara, Kevin Colunche Gonzales y Jherson Quispe Díaz cuando estaban en plena actividad ilícita, en un hotel. José Agurto Valdiviezo, líder de la mafia, cayó en Piura.



CARABAYLLO

DETONAN EXPLOSIVO EN BUS DE TRANSPORTE

En un nuevo ataque, una mafia de extorsionadores detonó un artefacto explosivo en el interior de un bus transporte público, de la empresa Huandoy, cuando iba a ingresar al patio de maniobras, en Carabayllo.



ATACANTE SERÍA EXALUMNO Y SE QUITÓ LA VIDA

Tiroteo en escuela deja dos muertos

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Tragedia en una escuela. Un hombre disparó y mató a dos niños y dejó heridas a 17 personas. El ataque se registró ayer en la mañana, en la iglesia católica romana de la Anunciación de Minneápolis, en el estado de Minnesota.

"Dos niños pequeños, de ocho y diez años, fueron asesinados en los pupitres donde estaban sentados. Sus padres ya han sido notificados. Otras 17 personas resultaron heridas, 14 de ellas niños. Dos de esos niños están en estado crítico", explicó el jefe de policía de Minneápolis, Brian O'Hara, en una rueda de prensa.

> **ojo al dato**
> Un padre de familia que estaba dentro de la iglesia con su hijo dijo que un agente de la Policía persiguió al atacante mientras se escuchaban disparos.

ATAQUE. Según explicó O'Hara, durante la misa como parte del inicio del curso escolar, "un hombre armado se aproximó por la parte exterior, al costado del edificio, y comenzó a disparar con un rifle a través de las ventanas de la iglesia hacia los niños que estaban sentados en los bancos".

"El agresor", dijo, "estaba armado con un rifle, una escopeta y una pistola". Creemos que utilizó las tres", añadió.

Las autoridades confirmaron también la muerte del tirador, quien creen que "se quitó la vida en el estacionamiento" de la escuela, ubicado en la parte trasera de la iglesia. El FBI lo identificó como Robin Westman. Según información obtenida por CNN, Westman se graduó de dicha escuela en 2017.

Conocido el ataque, los padres de familia llegaron hasta la escuela católica para tener información sobre la situación de sus hijos.

SENTENCIAN A MENOR QUE ATACÓ A MIGUEL URIBE

COLOMBIA

BOGOTÁ. El menor que asesinó al senador y precandidato presidencial colombiano Miguel Uribe Turbay fue sancionado a siete años de privación de la libertad por los delitos de homicidio en grado de tentativa y fabricación, tráfico, porte o tenencia de armas de fuego. La Fiscalía detalló en un comunicado que el menor irá a un "centro de atención especializada".



ATACAN CON PIEDRAS A MILEI EN ACTO DE CAMPAÑA

BUENOS AIRES. El presidente argentino, Javier Milei, fue atacado con piedras ayer cuando realizaba un acto de campaña en la periferia de Buenos Aires y salió ileso, informó el vocero presidencial, tras la agresión que ocurrió en medio de un escándalo por corrupción. "Atacaron con piedras la caravana donde se encontraba el Presidente de la Nación. No hay heridos", escribió en la red X el portavoz de la presidencia, Manuel Adorni.





BRONCA EN PARLAMENTO MEXICANO. Alejandro Moreno Cárdenas, dirigente nacional del Partido Revolucionario Institucional (PRI) de México, golpeó al presidente de la mesa directiva del Senado y la Comisión Permanente, Gerardo Fernández Noroña, al término de una sesión en el parlamento mexicano. El dirigente del PRI le reclamó a Fernández Noroña por no darle la palabra.

ESTADOS UNIDOS



TAYLOR SWIFT LUCE ANILLO DE MEDIO MILLÓN

➡Taylor Swift y Travis Kelce anunciaron oficialmente su compromiso, y lo que más llamó la atención fue el costoso anillo que lució la cantante. Según expertos, la joya lleva un diamante de talla brillante Old Mine, montado sobre una banda de oro diseñada a la medida y su precio oscila entre los 300 y 500 mil dólares.

ESTADOS UNIDOS



SPACEX LANZÓ NAVE STARSHIP CON ÉXITO

➡SpaceX logró lanzar con éxito la nave Starship luego de tres intentos fallidos. El cohete, de 123 metros de altura, despegó desde el sur de Texas para probar su nuevo escudo térmico y el sistema de despliegue de satélites. El vuelo representa un avance clave para la empresa en su plan de llevar astronautas a Marte.

FOTOLOCA



ALEMANIA

TIBURONES SE QUEDAN SIN DIENTES POR LA CONTAMINACIÓN

➡Los dientes del tiburón se cuentan entre las armas más afiladas de la naturaleza, aunque la creciente acidificación de los océanos podría ponerlos en peligro al debilitarlos y hacer que sean más propensos a romperse. Aunque a los tiburones les crecen dientes nuevos a medida que desgastan los que tienen, esto no sería suficiente para soportar las presiones de un mundo en calentamiento, en el que los océanos se están volviendo más ácidos por la liberación de CO_2, indica un estudio en Frontiers in Marine Science.



HALLAN CUADRO QUE FUE ROBADO HACE MÁS DE 80 AÑOS

ARGENTINA

➡Un cuadro robado por los nazis a un comerciante de arte judío en Ámsterdam fue localizado en el sitio web de una agencia inmobiliaria que vende una casa en Argentina, más de 80 años después de su desaparición. Se trata del "Retrato de una dama" del maestro italiano Giuseppe Ghislandi (1655-1743). La casa donde está el cuadro fue propiedad del oficial de las SS y alto asesor financiero del criminal de guerra Hermann Göring, Friedrich Kadgien, quien se mudó a Sudamérica después de la Segunda Guerra Mundial.

COLOMBIA

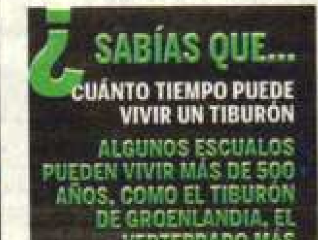


CRÁNEOS REVELAN DATOS HISTÓRICOS

➡Investigadores analizaron cráneos de 6 mil años de antigüedad, hallados en el sitio arqueológico de Checua. Descubrieron rasgos de pobladores que desaparecieron sin dejar descendencia en Bogotá.

ASÍ FUE

COLOMBIA



SE ENTREGÓ CABECILLA DE LAS FARC

➡El Gobierno colombiano informó ayer que Anderson Andrey Vargas, alias "Kevin", cabecilla del grupo Carlos Patiño del Estado Mayor Central (EMC) y uno de los más buscados de la mayor disidencia de la antigua guerrilla de las FARC, se entregó al Ejército en el departamento del Cauca. "Con la caída de alias Kevin se derrumba el círculo más cercano del EMC, el cartel de alias "Mordisco".

¿SABÍAS QUE...

CUÁNTO TIEMPO PUEDE VIVIR UN TIBURÓN

ALGUNOS ESCUALOS PUEDEN VIVIR MÁS DE 500 AÑOS, COMO EL TIBURÓN DE GROENLANDIA, EL VERTEBRADO MÁS LONGEVO CONOCIDO EN EL MUNDO.



¡Únete y pásalo de lo lindo con tu familia!

SUMANDO

Coloque en las casillas en blanco los números que están fuera del recuadro, de modo que, al sumar horizontal o verticalmente, el resultado sea siempre el mismo (237).

77		
	83	
81		80

75 76 78 79 82

CLAVE NUMERICA

Coloque en las casillas las letras correspondientes a los números indicados. Las que faltan se obtendrán siguiendo el sentido del pensamiento.

5	9 U	5	17 C	2	■	9	5	■	20	4	3	16	8	6
■	3	6	16	6	■	14	2	3 M	6	5	12	2	8	7
6	■	3	6	■	14	4	7	■	12	1	6	3	11	4
7	■	6	5 N	■	19 Q	9	6	■	15 V	1	15	6	■	11
9	6	7	■	6	7	12	4	■	5	4	■	14 L	6	■
7	6	8	15	1	8	2	■	3 D	6	■	5	2	3	2 A
■	6 E	5	■	17	2	3	16 B	1	4	■	6	5	■	7
9	■	11	4	3	6	8	■	6	7	12	2	■	7	1 I
6	3	11 P	8	6	■	3	6	18 J	4	8 R	2	8	14	4 O
7 S	■	■	C	A	R	L	Y	L	E	■	■	■	■	■

"NUNCA UN HOMBRE DEBE LAMENTARSE DE LOS TIEMPOS EN QUE VIVE, PUES ESTO NO LE SERVIRÁ DE NADA. EN CAMBIO, EN SU PODER ESTÁ SIEMPRE MEJORARLOS."

DESAFÍO

Eliminando una letra cada vez, y cambiando el orden, termine la pirámide

S E M A N A S

MENTE ÁGIL



Escribir en la parrilla las palabras correspondientes de acuerdo a las siguientes definiciones que le ofrecemos.

DEFINICIONES:

1. Tercera vocal.
2. Acción de ir.
3. Subsistir, existir
4. Se le pone a los presos.
5. Figura de tres lados
6. Desconocido, inédito.
7. Anterior a la última.
8. Sexto día de la semana (pl.)
9. Te mide el tiempo.
10. Tranquilidad.
11. 10 en número romano.
12. Igual, yunta, tándem.
13. Órgano externo del oído.
14. Médico (pl.)
15. El que mata a su madre.
16. Compasivo, generoso.
17. Departamento al norte del Perú.
18. Parte del oído.
19. Ave palmípeda.
20. Rostro, semblante.
21. 50 en números romanos.

9 DIFERENCIAS





CRUCIN

2 CIFRA
17 - 18 - 36 - 48 - 5
55 - 60 - 61 - 66 - 7

3 CIFRA
076 - 098 - 103 - 17
233 - 395 - 403 - 42
447 - 450 - 456 - 46
477 - 500 - 535 - 56
566 - 567 - 577 - 62
655 - 666 - 667 - 67
700 - 733 - 787 - 84
867 - 88

4 CIFRA
0112 - 0373 - 160
1655 - 3103 - 627
7766 - 7773 - 846
855

5 CIFRA
02634 - 08710 - 1182
12736 - 26168 - 4415
44589 - 45602 - 4644
47721 - 56526 - 6610
66666 - 77724 - 8770

6 CIFRA
167888 - 24678
287484 - 33366
667118 - 67763
[illegible] - 84175
98523

7 CIFRA
0345563 - 046336
1126757 - 124451
1267263 - 461676
6033489 - 861867

SOMBREAR

... Los espacios con puntos.



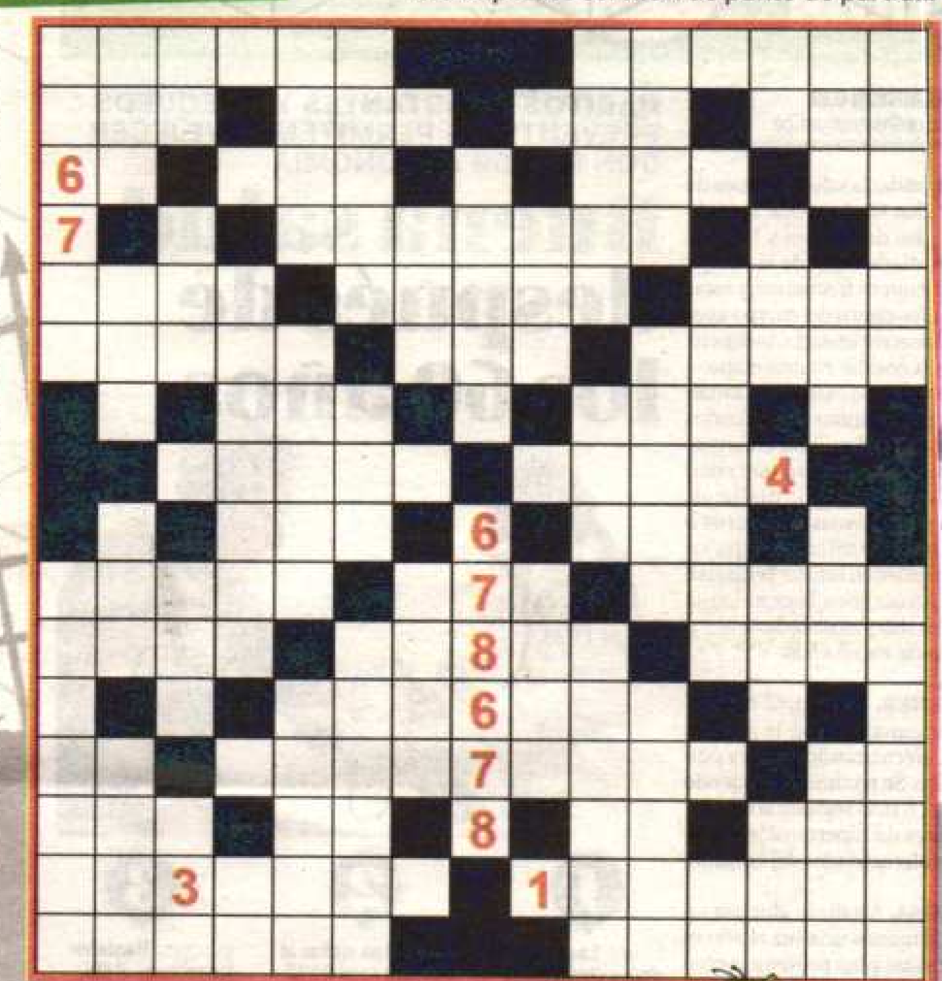
PONT



6	4	9	8
8	5	2	3
7	3	1	9
5	9	8	6
3	1	4	5
2	7	6	4
9	8	7	2
1	6	5	7
4	2	3	1

ÚMEROS

Ubique en la cuadrícula los números que se dan agrupados por la cantidad de cifras. Los impresos servirán de punto de partida.



MOSCA CON EL SUDOKU

2	7	1	5	3
1	6	7	4	9
4	5	2	6	8
7	2	3	1	4
8	9	6	2	7
3	1	8	9	5
6	4	5	3	1
9	3	4	8	2
5	8	9	7	6

Nº 183

4	3	8	2	6	1	9	7	5
6	9	7	8	3	5	2	4	1
5	1	2	7	4	9	8	6	3
1	5	3	6	8	7	4	9	2
2	8	9	4	1	3	7	5	6
7	4	6	9	5	2	1	3	8
8	7	5	1	9	6	3	2	4
9	6	1	3	2	4	5	8	7
3	2	4	5	7	8	6	1	9

LABERINTO

ENTRADA

SALIDA

RELAX

Coloque dentro de los círculos los números del 1 al 7, para que cada tres círculos sumen lo que entre ellos se indica.

11

12 15

7

13 12

9

3



CONSEJOS PARA FORTALECER LAS DEFENSAS DE LOS NIÑOS

Potenciar el hierro animal y vegetal con vitamina C, incluir vitaminas A y D, alimentos fermentados y frutos secos, ofrecer loncheras variadas y reducir procesados y azúcares para fortalecer sus defensas.

LA COLUMNA DE PÉREZ-ALBELA

BENEFICIOS DEL L-TRIPTÓFANO EN LA SALUD EMOCIONAL

Cada año, millones de personas enfrentan síntomas de ansiedad, insomnio y depresión. Estos desafíos impactan la calidad de vida y suponen elevados costos en tratamientos, tanto en países desarrollados como en regiones con menos recursos. Frente a este panorama, surgen alternativas naturales con respaldo científico que podrían ser eficaces y accesibles. Una de ellas es el L-triptófano, un aminoácido esencial precursor de serotonina y melatonina.

En el organismo, el L-triptófano se transforma en 5-hidroxitriptófano (5-HTP), compuesto que estimula la producción de serotonina, neurotransmisor clave en el equilibrio emocional, el sueño y la saciedad. Luego, la serotonina se convierte en melatonina, hormona fundamental para regular el ritmo circadiano y promover un descanso profundo.

La medicina natural ha utilizado este aminoácido como apoyo en casos de ansiedad leve, depresión estacional, trastornos del sueño y control del apetito. Su capacidad para inducir calma sin causar sedación lo hace especialmente valioso en enfoques integrativos.

Una revisión sistemática publicada en 2023 en Nutritional Neuroscience analizó 11 ensayos clínicos sobre el 5-HTP en síntomas depresivos leves a moderados. Los estudios revelaron mejorías del estado de ánimo en 2 a 4 semanas, sobre todo en personas con bajos niveles de serotonina

Este aminoácido también está presente en alimentos como cereales integrales, cacao puro, semillas, legumbres y frutas como el plátano. Consumir estos alimentos junto con carbohidratos complejos favorece su absorción en el cerebro.

Incorporar L-triptófano en una dieta equilibrada, junto con hábitos que estimulen la neurogénesis, como el contacto con la naturaleza, el movimiento consciente y el descanso adecuado, puede ser elemental para mejorar la salud emocional.

> "LOS ESTUDIOS REVELARON MEJORÍAS DEL ESTADO DE ÁNIMO EN 2 A 4 SEMANAS, SOBRE TODO EN PERSONAS CON BAJOS NIVELES DE SEROTONINA."

perezalbela | Dr. José Luis Pérez-Albela B.
Citas: 936098953 Oficina: 2818677

TIPS DE SALUD

BENEFICIOS DE LA INFUSIÓN DE JAMAICA

La flor de jamaica ayuda a regular la presión arterial y es rica en antioxidantes que protegen el corazón.



DATOS CURIOSOS

4 MILLONES
747 mil 803 personas conforman la población adulta mayor en el Perú.

78,9% DE LA
población adulta mayor en el Perú enfrenta algún problema de salud crónico, según el INEI.

¿SABÍAS QUE?

LA HIDRATACIÓN MEJORA EL ÁNIMO

Beber agua suficiente ayuda a mantener el equilibrio químico del cerebro, lo que influye positivamente en el estado de ánimo.



REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

HÁBITOS CONSTANTES Y CHEQUEOS PREVENTIVOS PERMITEN ENVEJECER CON MAYOR AUTONOMÍA

Buena salud después de los 60 años

Cuidar la salud después de los 60 depende más de las decisiones y hábitos diarios que de la suerte. Hacer chequeos frecuentes y estar atentos a los signos del cuerpo ayudan a conservar energía, independencia y bienestar en esta etapa.

La Dra. Julissa Mogollón, médica geriatra de Sanitas Consultorios Médicos, señala que las enfermedades más comunes en esta edad son la hipertensión, diabetes, artrosis y problemas cognitivos o sensoriales, que sin un diagnóstico a tiempo pueden limitar la calidad de vida. En esa línea, la especialista detalla los chequeos médicos esenciales desde los 60 años:

EXÁMENES. El control cardiovascular anual incluye la presión arterial, electrocardiograma y perfil lipídico. Se recomienda hacerlo cada año, o más seguido si hay antecedentes de hipertensión, arritmias o enfermedades del corazón.

GLUCOSA. Medir la glucosa en sangre al menos una vez al año es fundamental para prevenir o controlar la diabetes. En personas con sobrepeso, antecedentes familiares o síntomas, se recomienda hacerlo cada 3 a 6 meses

VISTA. El examen visual debe realizarse cada 1 o 2 años o antes si aparecen problemas. Detectar cataratas, glaucoma o degeneración de la retina a tiempo contribuye a mantener una buena calidad de vida

AUDICIÓN. La revisión auditiva es aconsejable cada 1 o 2 años o si se notan cambios. Detectar pérdidas de audición facilita la comunicación y mejora la vida social.

HUESOS. La densitometría ósea, recomendada cada 2 a 3 años según riesgo, permite diagnosticar osteoporosis, prevenir fracturas y orientar sobre suplementos, dieta y ejercicio para fortalecer los huesos.



1. **Cáncer.** Las evaluaciones oncológicas facilitan la detección temprana del cáncer y mejoran las posibilidades de un tratamiento exitoso.
2. **Dental.** Las visitas al dentista cada 6 a 12 meses previenen caries y enfermedades, garantizando buena nutrición y una alimentación sin dificultades.
3. **Vacunas.** Mantener las vacunas al día, contra la influenza, neumococo y tétanos, protege a los mayores y fortalece su sistema inmunológico.

ojo al dato

La prevención a través de hábitos saludables y chequeos regulares permite detectar enfermedades a tiempo, mejorando la calidad de vida.



REVISAR SU CONTENIDO PERIÓDICAMENTE

Medicamentos infaltables en el botiquín familiar

Una cortadura al cocinar, fiebre en la madrugada o un golpe durante el juego pueden ocurrir en cualquier momento. Tener un botiquín bien equipado ayuda a dar una respuesta rápida. El Químico Farmacéutico Jorge Lescano, docente del Instituto Carrión, aconseja incluir analgésicos, termómetro, gasas, vendas, antisépticos, guantes y alcohol, y revisar su contenido cada seis meses para reponer lo necesario.

CRACK ojo

Celeste lleva 120 partidos con la Blanquirroja

Entero. Así se siente Yoshimar Yotún, que luego de superar una lesión que lo tuvo más de un año fuera de las canchas volvió a la selección. A los 35 años el jugador de Sporting Cristal descartó que estas vayan a ser sus últimas Eliminatorias con la Blanquirroja porque entiende que le quedan varios años a buen nivel. El experimentado volante sería uno de los fijos para el encuentro del próximo jueves ante Uruguay en Montevideo.

"No sé si esta sea mi última Eliminatoria, yo me siento bastante bien. Mientras esté bien, siempre voy a tener la posibilidad y mi cabeza estará puesta en jugar por la selección. Ya no depende de mí, sino del comando técnico. Para mí no es la última, estoy en un momento bastante lindo de mi carrera, esta lesión me ha hecho ver las cosas totalmente diferente. Estoy más fuerte que antes y eso es importante", afirmó el celeste que lleva 120 partidos con la Bicolor.

"Yoshi" también se refirió a su regreso al equipo de todos y a lo mal que lo pasó cuando estuvo tanto tiempo sin jugar.

"Ha pasado bastante tiempo, fue una lesión muy complicada que me alejó mucho tiempo a nivel de clubes y selección, pero jamás me di por vencido. No pensé en dejar de jugar, siempre estuve convencido que me iba a recuperar, que iba a volver y siempre tuve en la mira volver a jugar con Sporting Cristal, que era mi primera meta, y sabía que si podía jugar y andaba bien podía estar en la selección", señaló el mediocampista.

El jugador de 35 años se mostró optimista de cara a la próxima fecha doble. "Siempre trato de estar positivo. Sabemos que tenemos dos partidos sumamente importantes, aún con posibilidad de meternos al repechaje. Estamos convencidos que lo podemos sacar adelante para aspirar a eso", acotó el número 19 que también respaldó la continuidad de Óscar Ibáñez al frente del seleccionado.

"Ya lo tuve en otro proceso como preparador de arqueros, conoce el mundo de la selección, a los jugadores. Si me preguntas si quiero que se quede voy a decir que sí. Conoce al jugador peruano, cree en él. No pasa por una decisión mía, pero en lo personal pienso que sería una buena opción porque el equipo mejoró con él", finalizó Yotún.

HAY YOTÚN PARA RATO



VOLANTE DESCARTÓ QUE ESTA SEA SU ÚLTIMA ELIMINATORIA Y RESPALDÓ LA CONTINUIDAD DE ÓSCAR IBÁÑEZ AL FRENTE DE LA SELECCIÓN

FIRMADOS

"No puedo decirle nada tanto a Valera como a Barcos. Romper códigos es lo que se habla y debería quedar dentro de un camerino"

EDISON FLORES
Volante de Universitario

"Xabi viene con otro estatus distinto a Lopetegui. Su historial como jugador ayuda, pero no lo protege si no gana títulos seguidos"

TONI KROOS
Ex volante del Real Madrid

"Fuera de Barcelona o Madrid, quizá me hubiese gustado fichar por el Atleti, por su filosofía de juego, el estadio, el ambiente"

FIGO
Ex jugador de Portugal

"¿La final de la Copa del Rey? Lo que hice fue incorrecto, exagerado. Fue una estupidez arrojar el vendaje al campo"

ANTONIO RÜDIGER
Defensa de Alemania

CONTINUIDAD DEL TÉCNICO DEPENDE DE LOS RESULTADOS

Ibáñez obligado a sumar en Eliminatorias

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Se juega la continuidad. La fecha doble ante Uruguay y Paraguay es clave para el futuro de Óscar Ibáñez. Aunque la intención de la federación es la de cambiar de técnico para las próximas Eliminatorias, el exportero tendría algunas posibilidades de prolongar su presencia al frente de la Blanquirroja si en los próximos encuentros suma cuatro o tres puntos y el equipo deja una buena imagen.

El DT cuenta con el respaldo de los jugadores, y la no muy buena situación económica de la FPF haría que se piense en él para terminar el año. El estratega estaría al frente de la Bicolor en los amistosos de octubre y luego cerraría su ciclo en los encuentros pactados en noviembre ante Rusia y Chile en tierras soviéticas. Si en estos choques el buen juego es acompañado de resultados, Ibáñez entraría en la terna de candidatos de ponerse el buzo para intentar llevarnos al mundial del 2030.

"Estoy concentrado en estos partidos, lo que viene se verá más adelante" es lo que señala el argentino nacionalizado peruano cuando se le consulta al respecto.

Agustín Lozano y Jean Ferrari tienen la última palabra y al parecer no hay prisa ni dinero para asegurar un entrenador.

ojo al dato

Gianluca Lapadula amplió su contrato con el Spezia de la Serie B de Italia hasta fines del 2027. El delantero aceptó una reducción de sueldo.



▪ Técnico de la Bicolor se juega partidos importantes en la próxima fecha.





TRAS POLÉMICA

ALIANZA PROTEGE A BARCOS

Luego del cargamontón contra Hernán Barcos, por su pelea con Álex Valera, en Alianza Lima salieron a defender al "Pirata". "Toda la institución esta con él, yo hablo en nombre de 10 millones de hinchas y de todo el club. Con nuestra gente no se van a meter, eso no lo voy a permitir. Barcos es un jugador reconocido como caballero dentro y fuera de la cancha en cualquier club en el que haya estado", dijo Fernando Cabada, Gerente General de Alianza Lima.

LA COLUMNA DE EL OJÓN



por: el calidoso

EL HINCHA DE LA BICOLOR QUIERE VER JÓVENES ANTE URUGUAY Y PARAGUAY

Hola, holaa, holaaa, holaaaaa, mi gente, vengo más embalado que el hincha de la selección pidiendo que para los partidos ante Uruguay y Paraguay, Óscar Ibáñez apueste por gente joven y se olvide de los más veteranos. El hincha cree que llegó el momento de los Inga, Concha, López, Sonne, Lazo, Noriega, Burlamaqui, Grimaldo, Cabrera y el mismo Ramos. Veremos qué decide el seleccionador, aunque sus más cercanos creen que apostará por los experimentados porque sabe que se juega la continuidad en el puesto. **¡CHEEEEESSSSSS!**

El que lo pasa mal en tierras aztecas es Piero Quispe. No solo quedó fuera de la convocatoria para la última fecha doble de las Eliminatorias, ahora tiene pie y medio fuera de los Pumas. El ex volante de Universitario no entra en los planes del técnico Efraín Juárez que quiere ocupar su plaza de extranjero con un delantero. El crema llegó como el mejor jugador peruano y en su descargo habría que decir que los entrenadores lo utilizaron siempre como volante de primera línea y él es más decisivo cerca del arco rival. **¡OJITO, OJITO!**

La otra cara de la moneda es Erick Noriega. El "Samurái" debutaría con Gremio el fin de semana en un partido trascendental. Los de Porto Alegre visitan al líder Flamengo en el Maracaná y están obligados a sumar para ir mejorando y alejarse de la parte baja de la tabla de posiciones. El exaliancista, que llegó como volante central, podría bajar a la defensa porque uno de los centrales tiene una lesión que lo dejará varias semanas fuera de los campos de juego. **¡HUUUUMMMM!**

En el Boys parecen haber perdido el rumbo. Juan Carlos Cabanillas fue la figura de los rosados en el título del 84, pero luego como técnico nunca destacó. El último paso del "Pato" por los banquillos fue como asistente en Coopsol de la Liga 2 y no le fue bien. Ahora llega a una "misilera" que tiene que empezar a ganar si no quiere verse comprometido con el descenso. El tiempo dirá si Jorge Espejo, director deportivo de los chalacos, tuvo razón en darle el buzo de los porteños. Bueno, mi gente, ahora sí me quito **¡CHAAAAAAUUUUUU!**



CRISTIANO APUNTÓ AL LADO ROMÁNTICO EN LA JOYA

REVELAN SIGNIFICADO DEL ANILLO QUE "CR7" LE DIO A GEORGINA

Para muchos el anillo de compromiso con el que Cristiano Ronaldo le pidió matrimonio a Georgina Rodríguez es un modelo extraño y hasta algunos lo catalogaron de "anillo de coctel", pero el significado sería mucho más emotivo y romántico de lo que se pensaba. "El diseño presenta una configuración de tres piedras y refleja los recuerdos compartidos del pasado, el compromiso del presente y la promesa de un futuro juntos. En esencia, el anillo transmite: 'eres mía para siempre: mi pasado, presente y futuro", reveló Tobias Kormind, director general de 77 Diamonds al diario The Mirror.

FENERBAHCE DEL PORTUGUÉS CAYÓ ANTE BENFICA Y DIJO ADIÓS

Mourinho verá la Champions por televisión

En picada. Acostumbrado a pelear el título de la Champions League, torneo que ganó dos veces, en esta ocasión José Mourinho ni siquiera pudo clasificar a la fase principal ya que su Fenerbahce fue eliminado en los playoffs a manos del Benfica que ganó 1-0 el cruce de vuelta tras el 0-0 de la ida. El entrenador portugués sumó su sexta temporada sin competir en la fase de grupos del prestigioso torneo y no demoró en encontrar culpables.

"El club no hizo ningún esfuerzo extra en el mercado", refirió el DT antes y después del partido que se definió con el gol de Kerem Akturkoglu (35'). Incluso, Fenerbahce terminó con diez hombres por roja a Talisca a los 82'.

"Ante todo, creo que ganó el equipo más fuerte. Fueron mucho mejores en la primera parte", explicó el técnico portugués que podría ser despedido tras el fracaso.

La buena noticia para el Perú fue la clasificación del FC Copenhague de Marcos López que superó 2-0 al Basilea tras el 1-1 de la ida. El lateral de la Bicolor jugó los 90'. Además, Brujas cerró su paliza ante el Rangers con un global de 9-1 venciendo esta vez 6-0 a los escoceses en Bélgica.



▪ Portugués no dirige en la ronda final de la Champions desde 2020.

LENTE OJO



EL UNITED SE VA AL "DIABLO"

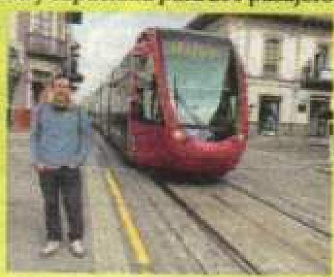
Manchester United hizo otro papelón y quedó fuera de la Copa de la Liga de Inglaterra a manos del Grimsby Town, de cuarta división, que se impuso 12-11 por penales (2-2 en 90').



UN TRANVÍA EN CUENCA

Siguen llegando desde Estados Unidos más vagones y locomotoras para el proyecto ferroviario Lima - Chosica impulsado por el alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, pero aún todo es incierto para el inicio de su funcionamiento. Si todavía no existe una infraestructura adecuada en toda la ruta, e incluso ahora el burgomaestre limeño trasladaría toda la responsabilidad al Ministerio de Transporte y Comunicaciones por lo menos un buen tiempo, continuaré esperando en la Plaza Bolognesi en el centro de Lima los colectivos y buses para llegar a Chosica.

Más de dos horas dura el viaje y lo seguiré aprovechando leyendo un libro. Recuerdo que cuando llegué a la ciudad ecuatoriana de Cuenca, capital de la provincia de Azuay, quedé sorprendido por la belleza de sus casonas y la limpieza en las calles. Sin embargo, lo que más resultó fascinante y a la vez curioso es la utilización de un tranvía eléctrico para el transporte público. El tranvía de 33 metros de longitud y capacidad para 290 pasajeros cruza el centro histórico de la llamada "Atenas del Ecuador" y al verlo por momentos me hacía trasladarme mentalmente a otras ciudades del mundo como Alemania, Hungría, Portugal, Brasil y Canadá.



Este modernó sistema urbano ferroviario se ha convertido en una atracción turística en Cuenca e incluso figura ahora en las tarjetas postales. En su recorrido pasa frente al aeropuerto Internacional Mariscal La Mar y quienes llegan a la ciudad por vía aérea pueden tomarlo para trasladarse a la Plaza de Armas de Cuenca. También puedes subir con tu bicicleta o scooter. Hay espacios designados para vehículos menores en los vagones.

De todas las capitales que visité en Sudamérica, la ciudad de Cuenca es totalmente distinta debido a que presenta "rasgos" de un pueblito europeo y su tranvía la convierte en un lugar fantástico.

Cuando viajé a Brasil también subí a un tranvía en Río de Janeiro pero el panorama era totalmente distinto. Una megaciudad que supera los 12 millones de pobladores. El paisaje era diferente al de Cuenca, cuyas majestuosas iglesias así como la arquitectura de sus inmuebles que datan del siglo XIX y sus calles empedradas la convierten en un lugar tranquilo para vivir lejos del intenso tráfico y la contaminación vehicular.

¿Y si los tranvías eléctricos vuelven a Lima? Estuvieron funcionando desde 1904 hasta 1965. Una idea que para algunos especialistas en transporte no resultaría descabellada porque en varias ciudades del mundo lo utilizan, pero como primer paso se tendría que realizar una rediseñalización de las principales avenidas de la ciudad. También eliminar al transporte informal y como uno de los beneficios que se tendría es la reducción de la contaminación ambiental. Lo cierto es que seguiré esperando el ansiado tren que me lleve a Chosica. Nos vemos.



PIURA

ASESINAN A COMERCIANTE DE POLLOS CUANDO ATENDÍA

SULLANA. Un comerciante de pollos fue asesinado a balazos cuando atendía en su puesto de venta en el mercado de Bellavista, en la Perla del Chira. A la víctima, identificada como José Paredes Chachapoyas, la atacaron dos sujetos que huyeron del lugar. Aún herido, lo trasladaron al hospital, pero no resistió.



LA LIBERTAD

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

DESATARON FEROZ BALACERA CONTRA AGENTES

Policías matan a dos delincuentes

Un sangriento enfrentamiento entre la Policía y un grupo armado de presuntos asaltantes dejó a dos delincuentes abatidos y otros dos heridos, en el sector El Inca, en el distrito de Chao, provincia de Virú (La Libertad).

Agentes resguardaban la zona cuando visualizaron una mototaxi con varios sujetos en su interior. Al notar la presencia policial, los sospechosos intentaron escapar y para ello abrieron fuego contra los agentes.

ANTECEDENTES. La Policía respondió el ataque y se desató un feroz tiroteo, que acabó con la vida de Carlos Ramos García (27), quien estuvo preso y registra antecedentes por tenencia ilegal de armas y explosivos. También falleció Edson Cavero Gamarra.

ojo al dato

Los heridos Elizar Trujillo Agurto y Zecarlos Benites Castillo también registran antecedentes e ingresos al penal El Milagro.



Hampones iban en mototaxi y tenían armas.



Estas malas lenguas llegan cargadas de harto "chimi chimi"... Desde que ampayaron a **PATRICIO PARODI** muy cariñoso con una misteriosa señorita, **ROSÁNGELA ESPINOZA** se la tiene jurada y en los pasillos del canal corren los rumores que estaría celosa... La pelirroja **GÉNESIS TAPIA** obtuvo su colegiatura como abogada y estuvo acompañada, en la ceremonia, de su amorcito **KIKE MÁRQUEZ** y algunos amigos... **KEVIN SALAS**, esposo de **ESTRELLA TORRES**, le está siguiendo los pasos a la cantante y se ha realizado algunos "retoquitos". Al parecer se hizo una reducción de la papada y va para todos lados con una especie de faja en el rostro... **ALEJANDRA BAIGORRIA** y **SAID PALAO** cumplieron 4 meses de casados y están más enamorados que nunca... Nos vamos, nos vemos mañana.





CUÉLLAR ACONSEJA A CÉSAR VEGA. Lucho Cuéllar espera que el sonero César Vega pueda superar su adicción al alcohol con las terapias de rehabilitación que está llevando. "Solo le sugiero que se aferre a Dios y tenga mucha voluntad", indicó el cantante.

Norka: A Pamela Franco no le importa un "cachito" más

AFIRMA QUE ELLA LE HA PERDONADO DE TODO A CUEVA Y YA SE VIENE EL FIN DE LA RELACIÓN

JESICA LINO

OJO AL DATO
Pamela Franco viajó a Ecuador para reencontrarse con su amorcito Christian Cueva y desmentir los rumores de su ruptura.

"Si Pamela le ha permitido en su momento que siga con su esposa, qué le va a hacer una fiestecita o un cachito más", dijo la cantante Norka Ascue sobre la "luna de miel" que viene disfrutando Pamela Franco en Ecuador junto a Christian Cueva.

Desde hace más de una semana se comentaba sobre una fiesta de 18 horas con los futbolistas del Emelec, donde habría estado el popular "Aladino".

"No me extraña su actitud, para ella es normal, un cachito más. Ella siempre le ha perdonado todo a Cueva y lo seguirá haciendo, por amor o ¿por qué será?, no lo sabemos, pero la pregunta es, ¿él aguantará?", señaló la conductora de "Chimi churri".

- En las fotitos que han publicado juntos, ¿no los ves enamorados?

Fotos iguales veíamos de Christian Cueva con Pamela López, las mismas fotos en una cancha, o sea. Cuando vi esas fotos pensé que eran con la otra Pamela.

- ¿Crees que ese viaje es más para confirmar que están bien a pesar de las especulaciones, que señalaban que estaban pasando por una crisis?

Solo se lo cree ella, o no quiere quedar mal, porque todos le han dicho lo que le va a pasar si sigue con Cueva a su lado.

- ¿Sientes que dentro de poco puede llegar el fin de su relación?

Ya llega el desenlace de esta historia de juramentos y mentiras. Igual ni a él ni a ella se les cree nada, son los más pinochos.

PAMELA Y CHRISTIAN



"Rulitos" anunció que magacín sigue firme.

"AMÉRICA HOY" CONTINÚA EN AMÉRICA

Janet Barboza: Nadie nos mueve

La conductora de "América hoy", Janet Barboza, desmintió que el programa vaya a ser retirado de América Televisión y confirmó que continuará al aire.

"Nosotros estamos en nuestra casa de 'América Televisión' y con el corazón de 'GV Producciones'. La pregunta es si 'América Hoy' sigue o aquí le decimos un hasta pronto, pues... aquí seguimos bien paraditas y nadie nos mueve", precisó Barboza, quien no dudó en enviarle una indirecta a Magaly Medina.

"Hay por ahí 'una chili' que dijo: 'Voy a celebrar porque por fin me los quito de encima'. Lo siento mucho, chilindrina huachana. Te vas a tener que aguantar mucho, seguiré siendo tu talón de Aquiles y diciéndote todas las cosas aunque no te guste, así que sigue llorando con tus seis puntos (de rating)", precisó Barboza.



Magaly Medina pensó que se "libraba" de conductoras.



DICE QUE NO ES SOBERBIA

Víctor Yaipén saca cara por Leslie Shaw



El líder de "Orquesta Candela", Víctor Yaipén Jr., contó que grabaron un tema con Leslie Shaw y descartó que la rubia sea soberbia, tal como lo señaló Marisol Ramírez "La Faraona".

"Ya grabamos con Leslie, es una canción inédita. Ella es auténtica, buena onda y no es nada soberbia", dijo Yaipén, quien anunció el estreno del tema "Todavía", con Joysi Love. (L.G.)

Daniela pide disculpas a Maju

PERO ACLARA QUE NO FUE CON "MALA VIBRA" DECIR QUE TIENE "QUÍMICA" CON FERNANDO DÍAZ

MAJU MANTILLA
CONDUCTORA

CARLA CHÉVEZ

Daniela Cilloniz le aclaró a Ricardo Rondón que nunca hubo "mala vibra" cuando comentó que entre Maju Mantilla y Fernando Díaz había "química".

- Daniela, Rondón dijo que fue ruin decir que había "química" entre Maju y Fernando Díaz, cuando él está casado y ella pasa por un mal momento por su separación...

Entiendo a Ricardo, porque es amigo de Maju, pero en este caso creo que se ha equivocado porque sí hubo gente que dijo mil cosas sobre Maju, que Gustavo la dejó, etc., sin sustento. Yo, lo único que comenté fue que ella y Fernando Díaz tienen "química" y eso lo puede ver cualquiera que prende la televisión, y eso no me parece ruin, porque ruin es sinónimo de despreciable y tampoco me parece una calumnia o difamación. No he dicho que son amantes, no me metan en ese saco. Es más, dije lo mismo de Fernando cuando conducía con Alicia Retto, que tenían "química".

- Es una pena lo que vive Maju...

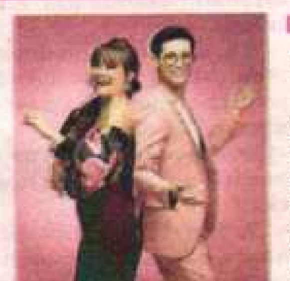
Sí, me da pena, pero quizás ella ya no era feliz. Es más penoso estar en un lugar donde ya no eres amada. ¿Qué habrá pasado? Es un tema que ellos han preferido llevarlo en privado. Le deseo lo mejor a Maju, igual si mi comentario fue malinterpretado le pido disculpas, porque quizás por la coyuntura no fue una expresión afortunada. No sabía que Fernando Díaz era casado. No fue el momento para decir eso, pero siempre fue con buena vibra. Quiero a Maju es una chica linda, muy buena persona. Sí, me duele que por hacer un comentario, con buena vibra, sin mala onda, pueda traer cola y me distancie de ella, de Santi (Lesmes), de Ricardo (Rondón) con quienes he trabajado y guardo cariño.

ojo al dato

Gustavo Salcedo anunció el fin de su matrimonio con Maju Mantilla, a través de un comunicado y negó que haya sido infiel.

DE CANTAR EN EL ESTADIO NACIONAL

Tony Succar cumple su sueño



El cantante Tony Succar contó que cumplirá uno de sus mayores sueños, como lo es cantar el próximo 13 de diciembre en el Estadio Nacional con el concierto denominado "Los sueños se cumplen". "Cantar en el estadio es algo que siempre había soñado y he estado preparando toda mi vida para este momento. Va a ser el regalo más grande y el sueño más grande cumplido", precisó Succar.



MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe



Mis hijos rechazan que me vuelva a casar

Rosa (58, San Juan de Miraflores). Doctora Magaly, le escribo con el corazón hecho un nudo. Siempre he seguido su columna, pero nunca pensé que me tocaría vivir algo tan doloroso como para escribirle. Estoy pasando por un momento que me tiene dividida entre el amor por mis hijos y el amor que ha llegado a mi vida de forma inesperada.

Fui viuda joven. Mi esposo falleció cuando yo tenía poco más de 30 años, y desde entonces me dediqué por completo a criar a mis tres hijos. Nunca les presenté a nadie, aunque en el camino tuve alguna ilusión pasajera. Pero hace dos meses conocí a Marco, un hombre que ha cambiado por completo mi forma de ver la vida.

Marco tiene 43 años, es decir, 15 menos que yo. Y sí, sé que la diferencia de edad puede sorprender, pero le juro que no he sido tan feliz en años.

La tristeza viene por parte de mis hijos. Apenas les conté de mi relación, pusieron el grito en el cielo. Me dijeron que él solo está conmigo por interés, que quiere aprovecharse de mi estabilidad económica y que me va a dejar apenas consiga lo que quiere. Lo peor fue cuando les conté que Marco me había pedido matrimonio... y que yo había aceptado.

Ellos no solo me dijeron que estoy cometiendo una locura, sino que me advirtieron que si me caso, me olvide de ellos y de mis nietos. Ahora estoy llena de dudas, con miedo de perderlos. ¿De verdad estoy equivocada por buscar mi felicidad a esta edad? ¿Debo seguir mi corazón o escuchar a mis hijos?

ojo al consejo

Estimada Rosa mereces ser feliz y no estás equivocada por querer amar de nuevo. Es normal que tus hijos sientan miedo o celos, pero debes poner límites claros y comunicarte con honestidad. Buscar un equilibrio entre tu felicidad y la familia es necesario. Si tus hijos no respetan tus decisiones, debes priorizar tu bienestar emocional y seguir adelante con lo que te haga feliz.

EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415





ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Procura poner todas las ganas posibles en lo que hace en el trabajo, ya que así obtendrá mejores resultados de lo que puede imaginar. Suerte.



TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Si desea aumentar su ritmo de trabajo, será muy importante realizarse chequeos médicos para verificar que todo marche bien.



GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
Debe escuchar a su corazón y no ocultar sus sentimientos. Hacerle saber a su pareja cuánto la ama y la necesita no es señal de debilidad.



CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Todo lo que ocurre en su entorno laboral dependerá de la manera en que afronte las situaciones; busque el camino adecuado para alcanzar el éxito. Adelante.



LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Se avecinan momentos que podrían poner en riesgo todo lo que ha logrado en el ámbito laboral, por lo que deberá utilizar esa energía extra que siempre guarda.



VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
No debe descuidar ningún aspecto relacionado con su alimentación. También es importante tener en cuenta que el ejercicio le hace bien. Su salud es lo primero.



LIBRA 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Engreimientos y caprichos están llevando la relación a un punto realmente delicado. Una vez que logre superar esto, todo se verá mucho mejor.




ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
Todo parece estar bien en el trabajo, aunque hay momentos en los que siente que todo se complica. Solo debe mantenerse siempre alerta.



SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
Hoy será un día favorable en lo relacionado con el trabajo y los negocios. Sin embargo, en el amor podrían surgir ligeras discusiones con la pareja.



CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
Sentirá que hoy su paciencia es limitada en el trabajo. Deberá tratar de relajarse y enfocarse únicamente en aquello que realmente represente un avance.



ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
Debe hacer uso de su poder de comunicación en el entorno laboral, ya que solo así podrá superar ese distanciamiento reciente con algunas personas.



PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
Necesitará con urgencia apoyo en el ámbito laboral. Busque personas de confianza y, sobre todo, que le garanticen alcanzar los objetivos.

SOLUCIÓN OJOGRAMA ANTERIOR

CONSEJO SENTIMENTAL



NO TODO LO INTENSO ES AMOR, PUEDE SER APEGO

El amor no debería sentirse como ansiedad constante. Si te duele más de lo que te hace bien, no es amor, es apego. El amor sano da calma, no miedo. La intensidad que ahoga no construye, desgasta. El amor se elige, no se suplica ni se sufre.

¿SE PUEDE AMAR Y AÚN ASÍ QUERER ESPACIO?

Estar en pareja no significa perder tu individualidad. Se puede amar profundamente y aun así necesitar tiempo a solas. El espacio personal no es falta de amor, es salud emocional. Estar bien contigo mismo también fortalece el vínculo.



REFRÁN: EL BURRO HABLANDO DE OREJAS.

Significado: Quien critica a otros suele tener los mismos defectos o incluso peores que aquellos que señala.

CINE cataujo@hotmail.com / N° 6726

REFRAN · ROMANZA · ALUMINIO (SÍMBOLO) · PREFIJO: DENTRO · ESTRELLA (INGLÉS) · VANIDOSO · IRLANDA (GAÉLICO) · PREFIJO: ENFERMEDAD · IRLANDA (POÉTICO) · VIGORIZANTE · "JET" (ACTOR EN "HEROES") · EXPULSADO DEL EDÉN · PALO DE LA BANDERA · PREFIJO: MOVIMIENTO · MES DE TAURO · HIJO DE ABRAHAM · CONSTELACIÓN ZODIACAL · DEIDAD INCA · APÓCOPE DE NADO · PATRIA DE ULISES · PREFIJO: AIRE · TRABAJO · CANTANTE MEXICANO · PERIODO HISTÓRICO · CANTANTE FRANCESA · PIERNA (INGLÉS) · ERBIO, ESCANDIO · EQUIPO (INGLÉS) · PROGRESA MIENTRAS · PI, LAMBDA · LETRAS VECINAS · FILME CON BRAD PITT · DIRIGIRSE · RENIO, OXÍGENO · MEMBRANA OCULAR · MARCHAMA · ÁRBOL DE MADERA NEGRA · FILME CON RICHARD GERE · AJIRO, MANOS · GALIO, ARGÓN · UNA DE LAS GRACIAS · PEQUEÑA · CABEZA DE GANADO · PATRIARCA BÍBLICO · VENUS Y NÉMESIS · ENGRASAR · DULZURA · "INFERNO" · MÁRTIR PERUANO · RYAN (NC. 1962 DE USA) · TODO ESTRÓNCIO · CIUDAD DE ITALIA · LABORABLE PERÚ · "DAN" (ACTOR EN VALES) · "MUERTE EN VENECIA" · ÁTOMO ELECTRIZADO · ASESINO POR ENVIDIA · ACIBAR · VOCABLES FUERTE · FALTA EL NORTE · PREFIJO: OÍDO · INTELIGENCIA ETERNA · MES DEL AÑO · EL (INGLÉS) · ESCOLTA DE LA R · ACTOR EN "UN DOMINGO CUALQUIERA" · "TRADICIONES PERUANAS" · ARTERIA DEL CORAZÓN · PUERTO TAUSINO · NAVEGANTE CRETENSE · RÍO DE FRANCIA · RAZA DE PERRO · SIGMA, ALFA · PUERTO FRANCÉS · "DINA BAR-BAR" · ACTRIZ EN "DAL NO" · PAULO (BRASIL) · "SANDORAN" · "LOS OCHO" · ENTRE CÁNCER Y VIRGO · BAHAR · NEÓN, NÍQUEL · TORBELLINO · ESCULAPIO "EL DAVID" · DIRIGIÓ "EL PADRINO" · FUERTE (INGLÉS) · COBRA O ÁSPID · APÓCOPE DE TANTO · ISLA DE FRANCIA · JUNCO ACUÁTICO · PASA POR BERNA · PLANTA ACUÁTICA · DÓ · NOTA MUSICAL · GRUPO GUERRILLERO COLOMBIANO · FUNDO RÍO DE JANEIRO · COLOMBO · BORDE, ORILLA · INSTRUMENTO ARTÍCULA



COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526
Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

¿ES RECOMENDABLE CONSUMIR ALPISTE?

➔ El alpiste (Phalaris canariensis) es una semilla usada como alimento para aves, pero en los últimos años se ha popularizado su consumo en humanos por su contenido de proteínas vegetales y enzimas. Sin embargo, no todas las variedades son seguras.

➔ Según la FAO, el alpiste tradicional contiene sílice o fibras microscópicas en la cáscara, que pueden irritar el tracto digestivo y causar daño celular si se consume con frecuencia sin procesar adecuadamente. Por eso, solo es seguro el alpiste para consumo humano certificado como libre de fibra sílica.

➔ Aunque aporta aminoácidos, antioxidantes y puede incluirse como parte de una dieta vegetal, no existen suficientes estudios clínicos en humanos que avalen su uso frecuente con fines medicinales, como se difunde en redes. En conclusión, su consumo debe ser ocasional y con supervisión profesional, especialmente en personas con enfermedades digestivas o renales.